

EQ検査をつかって個人のメタ認知と  
チームビルディング/リーダーシップをサポートする

# EQ workshop

ご提案資料

October 24, 2024

DAIJOUBU



# Introduction

---

## 感情知能EQに取り組むことは

**個人、家族、地域社会、組織のメンタルヘルス、心理的安全、成功を後押しします**

感情は個々人の中で脳から理由があって自然発生する化学物質です。その感情が思考・行動を生むわけですが、個々人が自覚的になるよりもうんと前の段階から感情は環境の影響を受けています。個人と組織のパフォーマンスは、双方のEQが相互に影響し合った結果です。

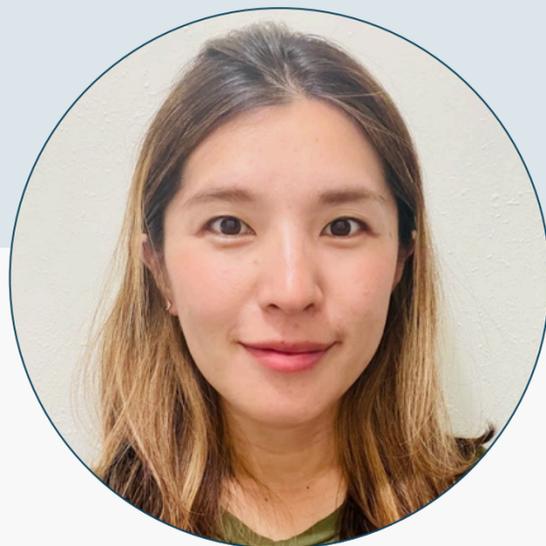
感情知能EQとDEIB(ダイバシティ・エクイティ・インクルージョン・居場所感)の専門家による組織DAIJOUBUは、心理的安全性が個人と組織の可能性を最も引き出すという科学的根拠と研究データをベースに、個人の内省・目的達成・実力発揮のサポートや、心理的安全性を高める組織開発・リーダーシップ研修およびコーチなど、世界水準のEQプログラムを提供しています。

---

**DAIJOUBU**

# About us

DAIJOUBUは、世界最先端のEQ x DEIB  
プログラムが学べるプラットフォームです。



**Ayaka Mawarida**  
Founder/CEO

認定EQコーチ・コンサルタント・インストラクター  
アリゾナ州立大学院ソーシャルジャスティスと人権修士

## DAIJOUBU

すべての子どもたちに だいじょうぶ な世界を

## DAIJOUBU



Karuzawa, Nagano, JP, 2024.

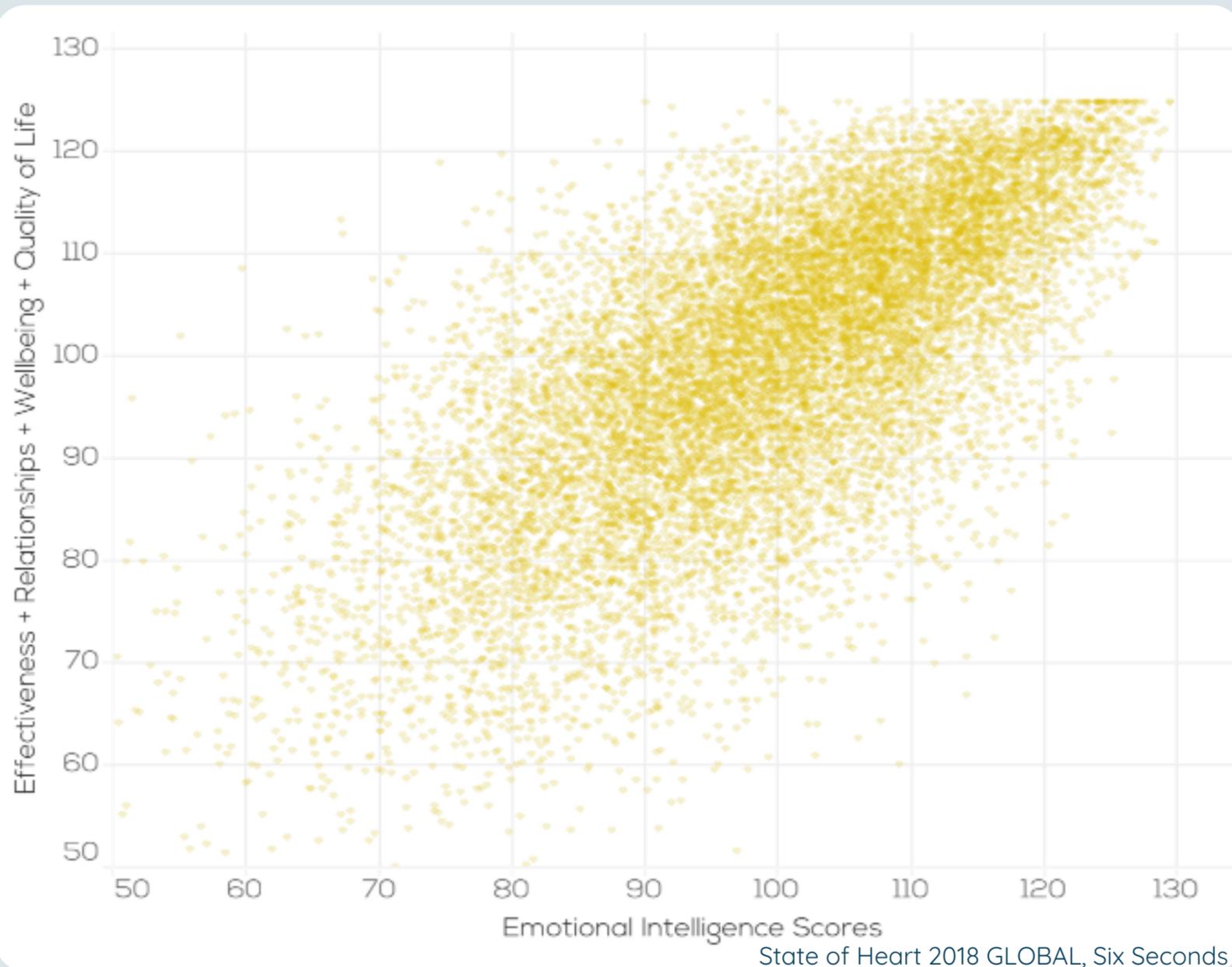


UNICEF, NY, USA, 2023.



AEON MALL, Kansai-area, JP, 2021.

# EQ scores predict Success, 2x more than IQ



EQの高さと成功は相関関係にあります  
IQの2倍、成功を予測すると言われてています

EQとはそもそもなにか——  
現在にまつわる情報を集め、本質的な目的地を検証・理解し、  
その2地点に橋を架けるように行動や思考の選択をする  
この実践の繰り返しのことです

これをSMART目標に代表されるような  
論理的・数値的な指標で計画・実行するのではなく、  
すべての人が常時持っている“感情”を考慮する

EQが高ければ悩みがすべて解決する、のではなく  
EQを使っている人ほど、ストレスコーピングや不安との向き合  
い方、人間関係を含む自分の人生の多様な波の中で、  
自分で手綱を握ることができるようになります  
その心掛けと積み重ねが人生の納得度を上げ、成功に導きます

# Emotions are Contagious.



State of Heart 2018 GLOBAL, Six Seconds

## 感情は

大きい方から小さい方へ、高い所から低い所へ伝播します

つまり、マジョリティのほか、高いポジションの人、年齢が尊重される場所においては年上の人、先生、家庭内や教育環境の大人が、ルールや空気感に対してより大きな影響力を持ち、他者の感情・思考・行動、つまりパフォーマンスに影響を与えています

そんな科学的根拠がある中で、  
日本のEQスコアは世界で最下位

しかし感情的な賢さ；EQは後天的に育むことのできる力で何歳からでも意識を向けることで取り組み変化させることができます

そのためDAIJOUBUではだいじょうぶな世界をつくるために大人向けのプログラムを真摯に提供しています

# Proposals - EQ assessments

DAIJOUBUは世界最大のEQのコミュニティ・Six SecondsのEQ検査ツールを使用しています。日本語で対応できるEQ検査は2種類です。英語・スペイン語での検査及びサービスも提供可能です。



**ブレインスタイルレポート:**  
脳の中の認知・意思決定・モチベーションの各領域で、右脳と左脳どちらをより多く、どの領域をより大きく活用しているかがわかるレポート

[サンプル]

- [ブレインスタイルレポート](#)
- [ブレインスタイルレポート解説ブック](#)



**リーダーシップレポート:**

EQレポートの代表格。EQスコアとコメントによる明確なフィードバックと、EQを活用したリーダーシップおよび人間関係の改善のためのアイデアを提供します。世界でAmazon、マイクロソフト、カタール航空、米国軍、P&G等がチームビルディング、リーダーシップ研修等に活用しています。

[サンプル]

[リーダーシップレポート](#)

DAIJOUBU

\*DAIJOUBUで行うEQ検査は18歳以上を対象としています。生徒・児童向けには検査は提供しません。なぜならEQ検査は内省のためのスナップショットであり、成績や指導・助言を他者が行うものではないからです。

# Proposal A

## 個人と組織の力を引き出す EQ検査付きEQワークショップのご提案

一方的なレクチャーやチェックリストによって評価を下す従来型のEQは、個人の心理的安全を委縮させパフォーマンスを40%以上下げアブセンティーズムを生み出すだけでなく、離職率・従業員満足度に悪影響を及ぼします。DAIJOUBUのEQは、個人と組織がすでに持つ力に光を当て、双方向で創造性のあるワークと対話を通じて引き出しポジティブチェンジを生みます。

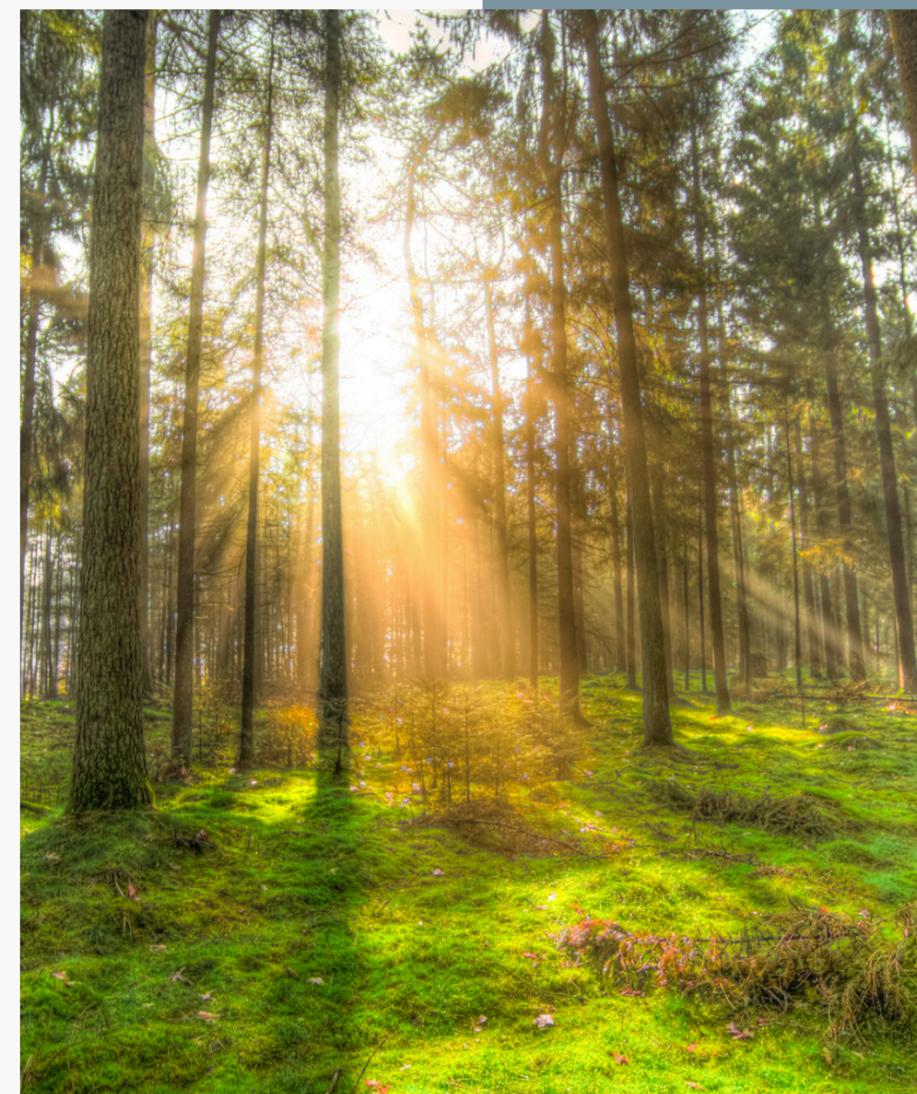
### EQ検査付きEQワークショップ (\*5名~)

1セッション 2~3時間オンライン

- |                         |          |
|-------------------------|----------|
| (a)ブレインスタイルレポート         | 4000円/人  |
| (b)リーダーシップレポート          | 10000円/人 |
| (c)ブレインスタイル&リーダーシップレポート | 12000円/人 |

\*10名以上の金額は応相談

**DAIJOUBU**



# Proposal B

## 多様なブレインスタイルに基づいた信頼関係構築 EQ検査付き中長期型EQグループコーチングのご提案

力を持つ人の感情が環境に影響を与え、組織風土に影響を及ぼしています。個の本来の力がのびやかに発揮されるよう社会科学・脳科学的・ポジティブ心理学的アプローチによる質問と内省ワーク、対話によって取り組むEQグループコーチングでは、複数回のEQ検査を活用して何が自身のパフォーマンスに影響しやすいかを見出し、信頼に基づいた組織力向上をサポートします。

### EQ検査付きEQグループコーチング (\*1グループ2名~6名)

1セッション 1~1.5時間 オンライン 各回ブレインスタイルレポート付  
各セッションの間にコーチとのメールによるチェックインあり

3回セッション (1年以内、4か月毎推奨) ----- 15000円/人

6回セッション (1年半以内、3か月毎推奨) ----- 25000円/人

**DAIJOUBU**



# Proposal C

## 個人と組織の力を活性化する感情的に賢いリーダーのためのEQ検査付き1on1 EQコーチングのご提案

成功は人から、人は感情から――。EQの高いリーダーはよく聴き、プレッシャーに強く、メンバーや自分の感情的なサインを無視せず、失敗や不完全に対して理解があり、楽観性を発揮し、チームの成長を引っ張るのでなく後押しする、と言われていています。ですが、リーダーのスタイルも人それぞれ。その人らしいEQの発揮の仕方を引き出し成果を導くための、リーダーシップコーチングです。

### EQ検査付きEQリーダーシップコーチング (1on1のみ)

1セッション 30~45分 オンライン 2種EQレポート付

- |                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| (a) 短期 - 4回 (2か月以内、EQ検査1回)    | 55000円/人  |
| (b) 中期 - 6回 (4か月以内、EQ検査2回)    | 80000円/人  |
| (c) 継続 -12回 (6~12カ月以内、EQ検査3回) | 140000円/人 |

**DAIJUBU**



# Other Programs



## 各種クラス・認定コース 学校・企業向け事業

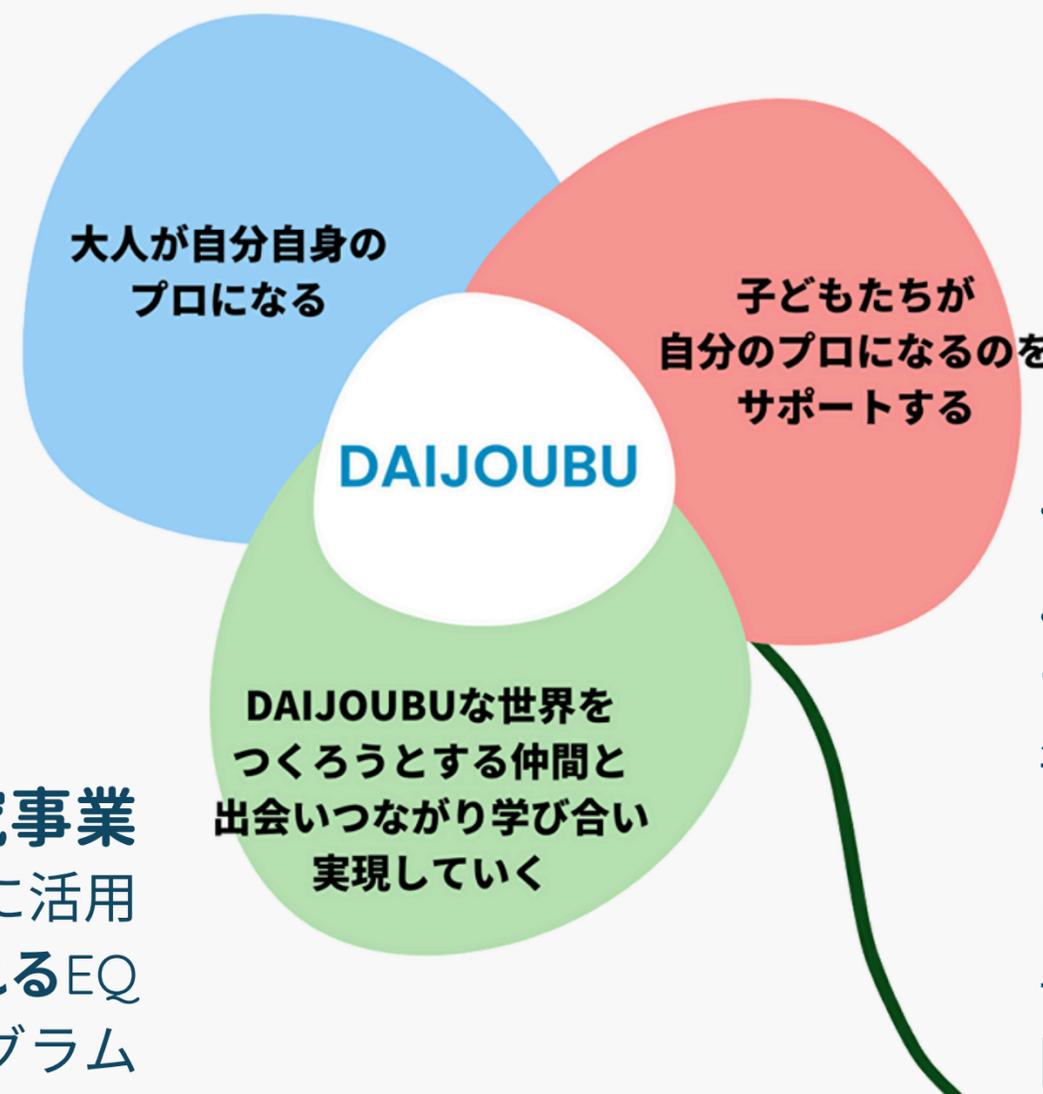
最新の脳科学・社会科学に基づく  
感情を活用した人材・組織開発、理論  
のみで終わらない実践的なプログラム

---

## 会員および共同研究事業

感情と思考を司る脳の領域を意識的に活用  
する日々の小さな積み重ねで育まれるEQ  
を、長期的・協働的に取り組むプログラム

---



## 子ども向けSELクラス ユースリーダープロジェクト

データによると、EQは幼少期ほど高く、  
年齢を重ねるほど下がっていく傾向にあ  
ります。「教え育てる」のではなく、個性  
に水を与えるように「共に育てていく」  
子どもたちの力を信じるプログラム。他  
国の団体と協働による国際シチズンシッ  
ププログラムも

---

# History

2025~

DAIJOUBU DEIBスペシャリスト  
認定コーススタート予定

6~

長野県軽井沢町イートンハウス・インターナショナルスクール軽井沢にてEQ教育イベント『自分図鑑』開催、150名来場

DAIJOUBUセルフサイエンス認定コース5期開講  
認定者延べ30名に

全米最大のEQ教育カンファレンス CASEL  
EXCHANGEにプレゼンターとして登壇

NYユニセフ本部にてEQ教育イベントを開催

2024

DAIJOUBU

2022

米国Narrative 4認定ファシリテーターとしてナラティブクラス開催

EQ教育・SELで世界最先端校米国シナプススクール訪問

慶応大学にてクラス担当

インド・カリブ諸国・韓国・中国のSEL団体と協働し、グローバルシチンシップを育む夏季国際交流EQ教育プログラムを開講・合計170名参加

2023

3

ジェンダー教育・社会科学とEQ教育・SELの特別クラス開催

EQの基本を身につけたい方向け、おうちでEQファシリテーターコース開講1年で20名受講

NYユニセフ本部にてEQ教育イベントを開催・スタッフ&ボランティアトレーニング実施

2

2021

2020

多様なバックグラウンドを持つ5名の米国Six SecondsおよびシックスセカンズジャパンのEQ認定者で、EQがビジネスのみならず、教育・子育て・人生に活かしていけるよう、本質的なEQが日本語で体感しながら学べる団体を作るため設立

ユニセフ世界こどもの日提携のEQプログラム日本代表公式パートナーに

YEAR 1

Six Seconds米国本部と関西イオンモールのEQ教育プログラムパートナーシップの締結を仲介、関西イオンモール4店舗にて無料イベントを同時開催・スタッフ&職員トレーニング実施、400名来場

慶応大学にてクラス担当

DAIJOUBUセルフサイエンス認定コース(10週間)スタート

# Contact

---

**DAIJOUBU**

**hello@daijoubu-eq.org**

**<https://daijoubu-eq.org>**

---

**DAIJOUBU**